Intrecerile au fost deschise de aşii volanului... pitic

„VREM SĂ ÎNSCRIEM VIGUROS HÎRŞOVA ÎN ARIA SPORTIVĂ JUDEŢEANĂ ŞI CHIAR NAŢIONALĂ!"

Hîrşova, colţ de pămînt dobrogean, cu mireasmă de brazdă întoarsă şi de struguri zdrobiţi în teascuri plutind în văzduh, oraş plin de larma copiilor scăldaţi o vară întreagă în apă de Dunăre şi adunaţi acum, în zi de duminică dimineaţă, primeniţi şi voioşi în curţile şcolilor pentru a participa la întrecerile celei de a doua ediţii a marii competiţii sportive „Daciada". Deocamdată fără mari campioni în fruntea lor, fără pretenţii de a stabili recorduri răsunătoare, ci doar cu dorinţa de a arăta ce înseamnă pentru ei „Daciada", cu hotărîrea — mărturisită — de a folosi acest generic drept „disc pentru zborul spre afirmare" — cum se exprima cineva.

Ce înseamnă pentru copiii, pentru tineretul Hîrşovei o zi din noua ediţie a marii competiţii naţionale?

Mai întîi s-au adunat, pe formaţii, în cîteva puncte de întîlnire: la Casa pionierilor şi şoimilor patriei — echipajele de karturi, cicliştii, modeliştii şi radiotelegrafiştii, specialiştii în orientare pe terenuri necunoscute, după hartă şi busolă (aşadar, iubitorii sporturilor tehnico-aplicative); la Şcoala generală nr. 1 — formaţiile de pregătire pentru apărarea patriei, fotbaliştii şi voleibaliştii, „patrulele" de circulaţie; la grădiniţe — şoimii au răspuns şi ei într-un glas „prezent!"; curtea Liceului industrial s-a umplut de atleţi şi de echipe ale... băieţilor mari; la Grupul şcolar, la Comitetul orăşenesc U.T.C. şi la Consiliul orăşenesc al sindicatelor şi-au dat întîlnire tineri din întreprinderi şi instituţii. Şi, ca la un semnal, formaţiile s-au revărsat pe arterele oraşului spre baza sportivă „Carsium" şi spre alte terenuri de sport ale oraşului, pentru întreceri. A fost o emoţionantă paradă a tineretii şi voioşiei, semnul adeziunii fierbinţi, la ţelurile marii competiţii. „Sîntem sportivii Daciadei..." — pluteau în văzduh acordurile marşului.

„Să ştie lumea că sîntem prezenţi la întreceri, să vină să ne vadă — *spunea profesorul* Tiberiu Marinescu —, să înţeleagă cît mai mulţi oameni că sportul e frumos şi util".

Bărbatul înalt, cu neastîmpăr în priviri, nu este profesor de educaţie fizică. Are specializarea istorie, dar e omul care a reuşit să pună în mişcare, la Hîrşova, sportul de masă. Este director al Casei pionierilor şi şoimilor patriei, iar ca activist obştesc preşedinte al C.O.E.F.S.

Urmărind desfăşurarea competiţiilor, de la un teren la altul, spunea: „Poate că nu reuşeam să angrenăm atîţia tineri în întreceri dacă nu ne bucuram de sprijinul unui om care iubeşte şi el sportul — poate chiar mai mult decît noi: tovarăşul Gheorghe Cabuz, primarul oraşului Hîrşova".

Ce acţiuni vor urma? „Întreceri pe clase şi şcoli, pe secţii şi asociaţii, la şah, tenis de masă, fotbal, volei, handbal, ciclism, karturi, competiţii tradiţionale cum sînt „Cupa Carsium", Cupa „30 Decembrie", acţiuni turistice. Gîndul nostru este să înscriem cît mai viguros Hîrşova în aria sportivă judeţeană şi, de ce nu, pe cea naţională".

Succes, tovarăşe profesor de istorie Tiberiu Marinescu!

Viorel TONCEANU

GIMNASTICA LA LOCUL DE MUNCĂ — UN PRIETEN DE NĂDEJDE AL FIECĂRUIA

Un adevăr care nu mai trebuie demonstrat: educaţia fizică, sportul îşi aduc o contribuţie de prim rang în menţinerea sănătăţii, în întărirea organismului. Dar tot atît de adevărat este şi faptul — constatat prin metode ştiinţifice de către cercetători de pretutindeni — că gimnastica la locul de muncă — un component al educaţiei fizice — are o influenţă binefăcătoare atît în menţinerea sănătăţii, cît şi în sporirea capacităţii de muncă.

Acolo unde gimnastica la locul de muncă se face sistematic, forurile de resort au constatat o creştere a atenţiei lucrătorilor, a agilităţii, a capacităţii lor de efort. Toate aceste argumente ne conduc la concluzia că acţiunea întreprinsă în cadrul „Daciadei" de introducere a gimnasticii la locul de muncă în toate întreprinderile, indiferent de specificul lor, trebuie să se facă fără discontinuităţi, folosindu-se mijloace de propagandă adecvate. În grupajul de azi, noi iniţiative pe această temă...

„LA NOI GIMNASTICA A DEVENIT O NECESITATE..."

Grija pentru cel care munceşte alături

Am poposit la Întreprinderea textilă din Năsăud într-o dimineaţă de iarnă, cînd deal urile şi pădurile încărcate de promoroacă păreau suflate cu argint.

— Dorim să aflăm dacă la dv. se face gimnastică la locul de muncă, am spus, direct, tovarăşului **Ioan Lari**, preşedintele comitetului sindical şi al asociaţiei sportive „Textila".

— Poftiţi să aflaţi de la cei în... cauză — ni s-a răspuns.

Am pornit pe culoarele întreprinderii, spre secţiile de ţesătorie şi de confecţii. Între timp, aflăm că asociaţia sportivă se mîndreşte cu echipe de handbal şi volei, cu rezultatele obţinute la atletismul feminin (la „Textila"-Năsăud lucrează peste 70 la sută tinere fete, media de virstă fiind de 22 de ani), ca şi cu echipa de fotbal, care activează în campionatul judeţean. Ajungînd în secţia confecţii, ne-am adresat unui grup de lucrătoare:

— Cine conduce gimnastica aici?

— Pînă nu demult a fost **Voichiţa Gliga**, componentă a echipei de handbal. Acum conduce **Ana Frunză**, atletă.

— De ce faceţi gimnastică? întrebăm, în continuare.

— Îi foarte bună, ne dezmorţeşte. Altfel, ce ne-am face opt ore aplecate peste maşinile de cusut şi de brodat?

— Cum ai reuşit să le mobilizezi pe colegele dumitale? am întrebat-o pe Ana Frunză, o fată înăltuţă.

— La început a mers mai greu. Pe cele mai puţin bucuroase le mai dădeam şi la gazeta de perete. Acum, doar ce le auzi: „Fetelor, nu-i oare zece, să ne mişcăm un picuţ?" Ştii cum i se zice secţiei noastre? „Secţia gimnastică". **La noi gimnastica a devenit o necesitate".**

Cuvintele Anei Frunză ni s-au părut semnificative. Păcat că în secţia alăturată, la ţesătorie, gimnastica e o necunoscută. Se motivează că fetele se mişcă destul printre războaiele de ţesut. Dar această mişcare nu antrenează decît anumite grupe de muşchi, pe cînd gimnastica...

Am plecat de la „Textila"-Năsăud convinşi că la o nouă vizită şi-n celelalte secţii vom auzi un răspuns ca al Anei Frunză.

Sever NORAN

ASISTENTA MEDICALĂ TRATEAZĂ, DAR, MAI ALES, PREVINE

Numele asistentei medicale **Ileana Bojiţă** a devenit de multă vreme cunoscut în judeţul Alba. Ba chiar şi prin alte părţi. Pentru că, inimos activist obştesc, ea este autoarea unor iniţiative valoroase şi, mai ales, pentru că a obţinut de cele mai multe ori, stimulată de marea competiţie sportivă naţională „Daciada", rezultate practice deosebite. Ar fi suficient să amintim că, în ediţia trecută, au ajuns nu numai să practice gimnastica în producţie, ci să nu se poată lipsi de ea, absolut toate lucrătoarele **Întreprinderii de ciorapi din Sebeş.** Ar fi bine, poate, să trecem în revistă spaţiile — amenajate în dispensar şi în 4 dintre vestiare — care înseamnă tot atîtea micro-centre de practicare a gimnasticii de întreţinere, de recuperare şi chiar de înfrumuseţare. În aceste colţuri rezervate sportului, trupurile obosite **„se relansează"** — zice Ileana Bojiţă — prin masaj, prin sărituri la coardă, cu ajutorul ganterelor de 500 de grame, la spaliere. Ar ajunge, repetăm, toate astea.

Dar vom sublinia altceva: profundul sentiment de grijă pentru tovarăşele de muncă, fiindcă — spune asistenta — **„mai ales cînd e vorba de femei, nu este estetic un trup prea plin, un corp cu musculatura flască. Nu e nici sănătos".** Numai astfel pot fi explicate căutările pentru mai binele fizic şi psihic al femeilor din întreprinderea sebeşană. Ştiam că se face multă gimnastică aici; că se construieşte o solidă educaţie fizică pentru fetele din cămin, care şi-au împrimat pe casetofon şi muzică bună, dar şi programe de gimnastică; ştiam, în fine, că este astfel ajutat procesul de producţie şi se întăreşte sănătatea oamenilor. Mai nou însă... **„Am vrut să micşorez oboseala de după efortul muncii, să găsesc ceva prin care să pun mai multă lumină în revederea de după program cu cei de acasă".** Şi Ileana Bojiţă a descoperit băile cu anumite plante de cîmp, băi pe care le oferă lucrătoarelor la ieşirea din schimb. Urmarea? Femeile se simt de parcă n-ar fi muncit 8 ore. Dar asta nu e suficient. Ne-a spus tot Ileana Bojiţă: **„Plantele sînt adunate de femei. În căutarea lor, ele trebuie să parcurgă, la fiecare 2—3 zile, cîţiva kilometri buni pe jos, pe cîmpii sau pe dealuri, în aer liber".**

Işi poate cineva imagina o activitate turistică mai completă, mai sistematică, mai eficientă?

Rd. T.

La întreprinderea de tricotaje „Zimbrul" Suceava:

PRODUCŢIA CREŞTE, ÎN TIMP CE CONCEDIILE MEDICALE SÎNT TOT MAI RARE...

Virginia Poroch *a fost categorică:*

„Din 1974, de cînd am introdus gimnastica la locul de muncă, producţia a crescut la toţi indicatorii, în timp ce concediile medicale s-au redus simţitor. Iată o iniţiativă care a adus mari foloase întreprinderii şi oamenilor ei!..."

Metodică, preşedinta comitetului sindical al întreprinderii de tricotaje „Zimbrul" din Suceava este gata să ne ofere şi cîteva cifre. Nu insistăm asupra lor. Reţinem doar amănuntul că în fiecare zi, pe schimburi, muncitoarele de aici, cîteva mii, sînt prezente timp de 5 minute la exerciţiile de gimnastică.

Le-am văzut şi noi, într-o dimineaţă din această iarnă, într-o asemenea postură, imediat după ce, prin staţia de radioamplificare, au fost invitate la primul grup de exerciţii. Închipuiţi-vă cîteva sute de fete şi femei, care execută sincronic, disciplinat, cu multă receptivitate, o diversitate de exerciţii pentru braţe şi trunchi cu precădere, convinse — fiindcă au avut ocazia să verifice fiecare — de valoarea profilactică a unor mişcări obţinute în aparenţă, dar cu efecte minunate. Există o deplină conlucrare între colectivul de aici şi Institutul superior de învăţămînt din localitate, care întocmeşte suita exerciţiilor, în strictă concordanţă cu cerinţele, uneori şi cu sugestiile muncitoarelor, schimbîndu-le cînd e cazul, îmbunătăţindu-le la diferite intervale *(de regulă la 30 de zile)*, adaptîndu-le la specificul schimburilor de producţie sau al unor operaţii tehnologice. Cum e şi firesc.

Contabilul-şef al întreprinderii, Ion Lucescu, *reia ideea exprimată de preşedinta sindicatului, sublinînd sporul de producţie realizat la „Zimbrul". Mai mult, după opinia sa* starea de prospeţime creată după efectuarea exerciţiilor determină nu numai un plus de vigoare, ci şi de fantezie, mai mult spirit creator, fapt care se oglindeşte în sortimentul tot mai bogat de articole produse aici.

Am socotit interesant să aflăm şi părerea beneficiarelor acestei activităţi, trei muncitoare din secţia confecţii...

ELENA PIERSICĂ: „Am 32 de ani, dar mă simt parcă de... 23! Nu m-am plîns niciodată pînă acum de dureri de spate, cum se mai întîmplă cu alte femei, unele chiar şi mai tinere... Dealtfel, practicînd zilnic exerciţii de gimnastică, cu interes, corect, sînt convinsă că voi preîntîmpina unele necazuri ca urmare a poziţiei de lucru".

PAULINA BOCA: „De cînd fac gimnastică în întreprindere, am o şi mai mare tragere de inimă, nu numai în producţie, ci şi în activităţile mele casnice, gospodăreşti. Sigur, există o explicaţie: aceea că nu mă opresc niciodată la cele 5 minute ale programului din întreprindere ci mai fac gimnastică şi acasă, dimineaţa şi seara".

MARIA CLOŞCA: „Sindicatul a făcut o treabă bună cînd a organizat gimnastica la locul de muncă. Este o activitate serioasă, care atrage tot mai multe fete şi femei. Trebuie însă să ajungem ca tot personalul întreprinderii să înţeleagă rostul şi mai ales avantajul acestor exerciţii. În ce mă priveşte, folosesc orice prilej pentru a le convinge".

Tiberiu STAMA

„DACĂ VREŢI SĂ-I CUNOAŞTEŢI MAI BINE PE COPII, VENIŢI LA ORELE DE SPORT..."

Dialog cu prof. Constanţa Beşcu, directoarea Şcolii generale nr. 17 din Capitală

Pedagog de o rară delicateţe sufletească, directoarea Constanţa Beşcu, care nu este profesoară de educaţie fizică, dar care are o lungă experienţă didactică, trebuie, înainte de toate, ascultată. Prin consemnarea celor spuse — care, credem, vor constitui posibile teme de meditaţie şi pentru cadrele didactice — se pierde, poate, o parte din căldura pledoariei.

— Spuneaţi, cu o altă ocazie, că „nu există un sentiment mai nobil decît dragostea pentru copii". Am asistat la momentul cînd cîteva fetiţe care bat la porţile afirmării în gimnastica de performanţă v-au oferit, stimată tovarăşă directoare, un album „Nadia", ca semn de omagiu faţă de interesul cu care colectivul de cadre didactice de la Şcoala generală nr. 17 sprijină activitatea sportivă. De unde acest interes la o unitate şcolară care nu dispune, totuşi, de o bază materială deosebită?

— Poate pentru că în şcoala noastră acest lucru este înţeles ca o lege a firii, aceea că omului îi este indispensabilă mişcarea. Întrucît şcoala trebuie integrată în procesul normal al vieţii, ne-am gîndit că fără satisfacerea nevoii de mişcare a copilului prin joc — căci aşa se exprimă copilul în ce priveşte mişcarea — procesul de învăţămînt nu se poate desfăşura în mod normal. Nu trebuie neapărat să ai cele mai moderne condiţii ca să asiguri o dezvoltare sănătoasă şi armonioasă elevilor, sarcină obligatorie, mai ales că la şcoala generală copilul vine la 6 ani şi pleacă la 14, perioadă în care trebuie realizată şi dezvoltarea lui fizică.

— Aşadar...

— În şcoală avem o curte mare, cu teren pentru sport, unde se fac orele de educaţie fizică pînă cînd vremea devine foarte, foarte rece. Apoi, am improvizat o serie de spaţii pe care le folosim pentru aceste ore; o parte din copii sînt înscrişi în diferite asociaţii, ceea ce sporeşte aria de penetraţie a sportului în şcoală. De asemenea, folosim din plin faptul că ne aflăm în apropierea complexului de la „Tineretului" şi a Parcului Herăstrău, o parte din activităţi desfăşurîndu-le în frumosul decor oferit de aceste zone.

— Sînt prevăzute în programă 3 ore de educaţie fizică la clasa I, 2 ore de la a II-a pînă la a V-a, apoi cîte 3, împreună cu ora de activităţi sportive. Sînt suficiente?

— Raportate la felul de viaţă al şcolarilor mi se par puţine pentru o săptămînă. Avînd în vedere programul foarte încărcat — 4—5 ore de curs zilnic, apoi 4—5 ore de pregătire acasă —, la care se adaugă şi faptul că nu toate familiile sînt preocupate îndeajuns de organizarea prin sport a timpului liber, reiese clar că baza în acest sens o reprezintă tot şcoala. Ar fi ideal dacă s-ar asigura zilnic fiecărui colectiv de elevi o oră de educaţie fizică. De aceea, în şcoală căutăm să folosim şi recreaţiile şi după-amiezele pentru a suplini această lipsă. La internat, spre exemplu, profesorul de serviciu, indiferent ce specialitate are, organizează zilnic activităţi în aer liber. Pentru că nu putem acoperi necesarul numai cu profesorii noştri, am fost interesaţi să ne formăm din rîndul elevilor ajutoare de nădejde. Cei dintr-a VII-a sau a VIII-a sînt mereu în mijlocul celor mai mici.

— Nu puţine sînt cazurile, cînd se consideră că prezenţa unei mingi în afara orelor înseamnă goamuri sparte, hărmălaie...

— La noi în internat e plin de mingi, în şcoală la fel. Copiii simt nevoia de mişcare. Cu ani în urmă, le foloseau şi în... ore. Ne-am gîndit: să le luăm? Nu este bine! Atunci am pus accentul pe folosirea lor în recreaţii, în activităţile organizate. Şi am reuşit. Nu trebuie să uităm niciodată că sînt copii. Dacă le luăm posibilitatea de a fi copii nu vom realiza niciodată un proces de învăţămînt aşa cum trebuie. Cum spuneam, noi solicităm unui copil 4—5 ore de muncă intelectuală pe zi, chiar şi mai mult. Atunci, pe bună dreptate, copiii reclamă timp pentru mişcare în aer liber. Cînd constatăm că gradul de oboseală a atins la un elev sau o clasă un nivel ridicat, apelăm la o activitate sportivă. Imediat receptivitatea, starea de spirit a colectivului se schimbă, în favoarea procesului de învăţămînt.

— Ce înseamnă, în fond, pentru dumneavoastră, educaţia fizică, sportul?

— Nu numai pentru mine, ci şi pentru colegii mei... Primele întrebări pe care le rostim în fiecare dimineaţă sînt: Copiii sînt sănătoşi? Au venit toţi la şcoală? De asemenea, dacă veţi întreba un copil ce este mai important, vă va răspunde: să fii sănătos! Iată de ce ne preocupă activitatea sportivă. Totodată, practicînd diferite sporturi, în afară de călirea organismului se educă şi multe trăsături de caracter — cutezanţă, voinţă, spirit de colectiv, prietenie şi, mai ales, sinceritate. Copiii ştiu că acolo nu poţi să fii decît foarte sincer. Dînd un test, acum vreo două luni, pe tema jocurilor, un copil din clasa a treia a scris: „Jocurile ne învaţă să nu fim pricinoşi"! Totdeauna spun: „Dragi colegi, dacă vreţi să-i cunoaşteţi mai bine pe copii, veniţi la orele de sport; acolo se manifestă ei în deplină libertate."

— Am văzut la intrare panouri cuprinzînd aspecte din activitatea şcolii, diplomele cucerite la diferite manifestări artistice. Alături de ele, la loc de frunte, cele privind pe sportivele şcolii...

— Noi nu facem nici o deosebire între copii. Toţi elevii sînt buni. Unii se manifestă mai mult la o disciplină, alţii la alta. Noi avem şi clase speciale de gimnastică, în afara sportivelor de performanţă care sînt membre ale clubului sportiv şcolar „Triumf". Urmarea? Majoritatea vor să facă gimnastică. Dar şi învaţă bine. Rozica Popescu — campioană republicană la „artistică" —, Rodica Pamfilie, Dana Anton, Florenţa Andarache sau Gabriela Geiculescu, Iulia Istrate — componente ale lotului olimpic —, Ileana Sultan, şi ea campioană naţională, ultimele trei urmaşe ale Nadiei, au luat note foarte bune la teze. Sportul şi învăţătura se condiţionează, deci, reciproc. Fiecare are ceva bun în el; de aceea am pus accent pe calităţile fiecăruia, pe care căutăm să le dezvoltăm.

— Aşa se explică faptul că, indiferent de condiţii, activitatea sportivă nu este nicidecum neglijată, am spune, dimpotrivă, fiind considerată egala celorlalte discipline.

— Repet: nu există sentiment mai nobil decît dragostea pentru copii. Or, a-i iubi înseamnă a te preocupa tot ceea ce ţine de dezvoltarea lor, indiferent că se cheamă matematică, ştiinţele naturii sau sport. Ei sîntem noi cei de mîine. Din ce în ce mai buni, mai înţelepţi, mai puternici...

Emanuel FĂNTĂNEANU

Sportul Pag. a 3-a